

## **TRABAJO N° 2 DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

**Profesora:** Goette, Andrea

**Cursos:** 3er año 1era y 2da División.

**Fecha de entrega:** 24 de abril de 2020.

**Estudiantes:** Corrigiendo los trabajos anteriores, en la mayoría me encontré que los conceptos teóricos estaban bien desarrollados, pero cuando había que indicar cuáles ejercicios eran de fuerza estática y dinámica me encontré con errores. Algunos alumnos lo realizaron correctamente. Cuando describían por ejemplo un abdominal lo hacían mencionándolo en formal general.

- **Reforzaremos esos contenidos:**



**Fuerza estática**



**Fuerza dinámica**

### **ACTIVIDADES:**

1. Deberán mandar imágenes, dibujo o un pequeño video donde muestren ejercicios de fuerza estática y dinámica de:
  - **Abdomen**
  - **Piernas**
  - **Brazos**
2. También mostrarán la forma de estirar el músculo trabajado, de igual manera que en la consigna 1.

**Se deberá mandar al siguiente correo: [andrea\\_goette@yahoo.com.ar](mailto:andrea_goette@yahoo.com.ar)**